



مجلة أسبوعية تنشرها دار القيس للصحافة والطباعة والنشر بترخيص من شركة الإنشاءات والتجارة (قسم السلم الإستهلاكية) جدة المترخصة من شركة والتدبيري هرب ١٢٠٧٠ الصفاة - ١٣٠٧ مــاتـــة ١٨٠٢٨٢٠ نسكر ١٨٠٢٧٨٤ السنساوي البريد الإنكتروني (E.Mail) ومرب المسلم المستملة المستمودية المتركة دار القيس التحرير، منال البيهتساوي البريد الإنكتروني (١٤٥٠ مــــ ١٨٠٧٠٠) وعلاء التوزيع الكوينية الكوينية الكوينية المنشر والتوزيع - ماتف: ١٩٠٢/١/ ١٥٣٠٩ - فاكس: ٢٤١٧٨٠٩ - فلمسودية الشركة السعودية للتوزيع ماتف: ١٥٣٠٩ (٢) - فاكس: ١٥٥٠٩ - سوريا: المؤسسة العربية السورية لتوزيع المعلم، هاتف: ١٥٠٠٩ - فاكس: ١٥٥٠٩ - سوريا: المؤسسة العربية السورية لتوزيع المطبوعات - مسائل الإعلام، هاتف: ١٥٠٠٩ - فاكس: ١٥٥٠٩ - سوريا: المؤسسة العربية السورية لتوزيع المطبوعات - مسائل الإعلام، هاتف: ١٥٠٠٩ - فاكس: ١٥٥٠٩ - سوريا: المؤسسة العربية السورية لتوزيع المطبوعات - مسائل الإعلام، هاتف: ١٥٠٠٩ - فاكس: ١٥٥٠٩ - سوريا: المؤسسة العربية السورية لتوزيع المطبوعات - مسائل الإعلام، هاتف: ١٥٠٠٩ - سوريا: المؤسسة العربية السورية المؤسسة ا

ماتف: ٢١١/٢١٢٧٩٧) - فاكس: ٢١٢/٢٢٥٣٢(١١) - الأربن: شركة أرامكس للثقل الدولي السريع - هاتف: ٥٥/٥٣٥٨٥٥ (٦) - فاكس: ٢٣٢٧٧٣٣ (٦) - لبنان: الشركة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات - هاتف: ٣٦٨٠١٧(١) فاكس: المنتفى المنافعة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات - هاتف: ٣٦٨٠١٧(١) فاكس: المنتفى المنافعة الكويت طبعت بمطابع القبس - دولة الكويت



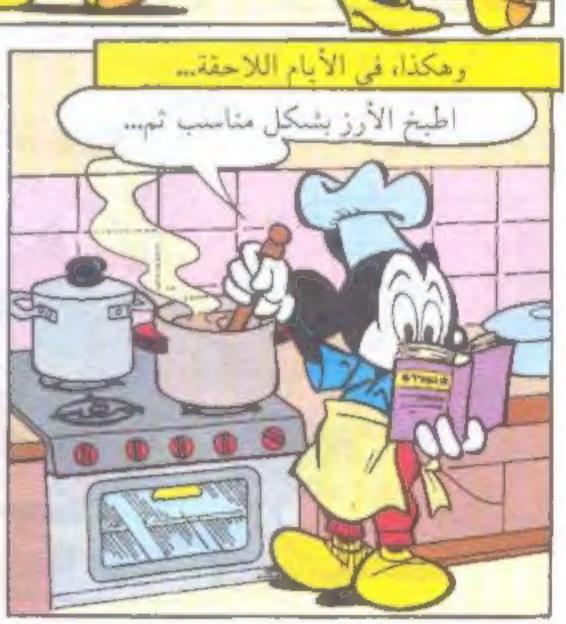


















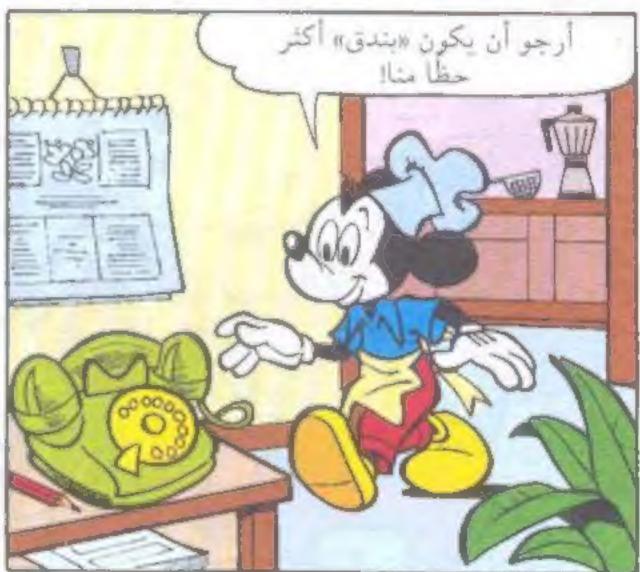




















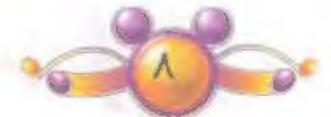






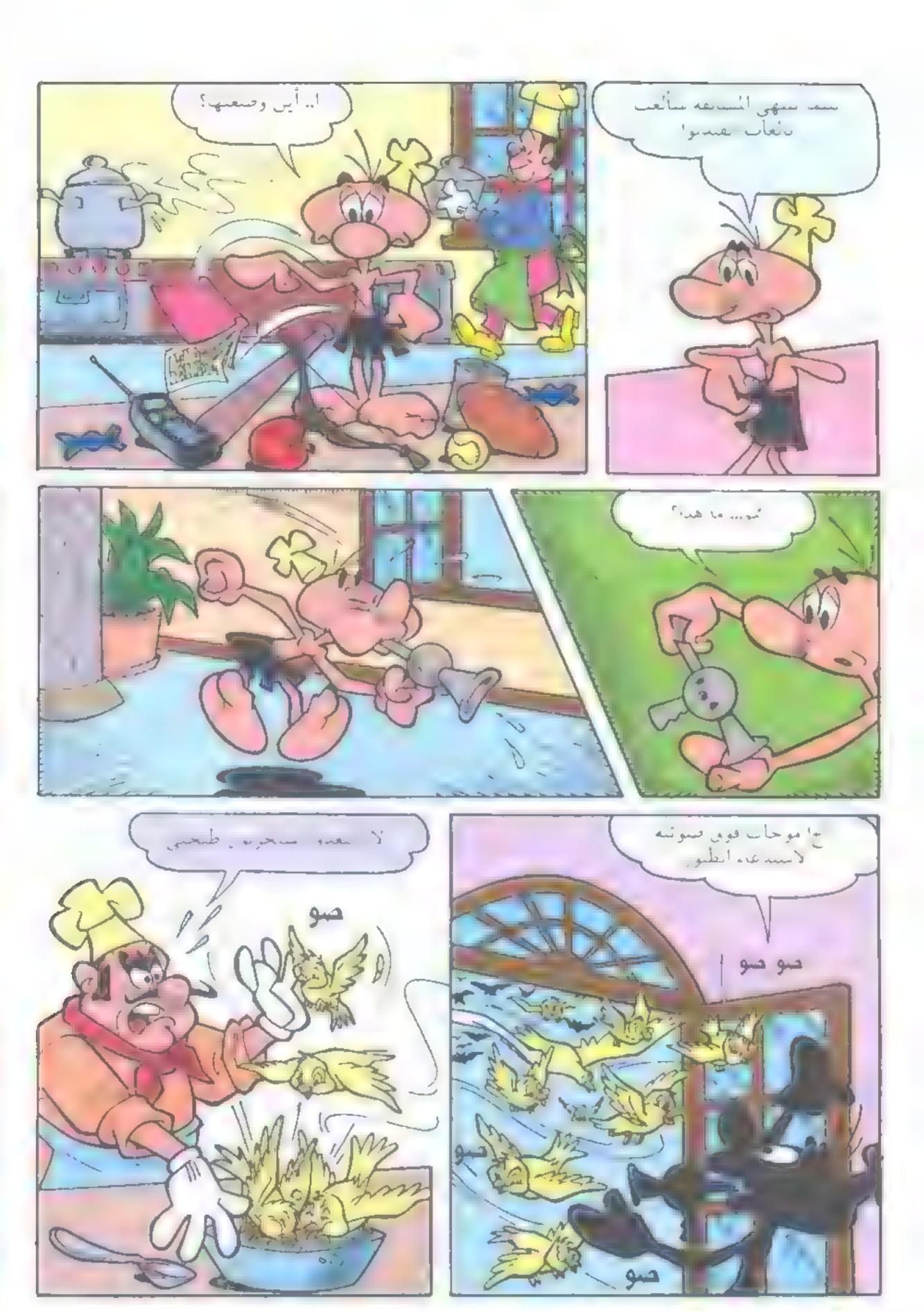




































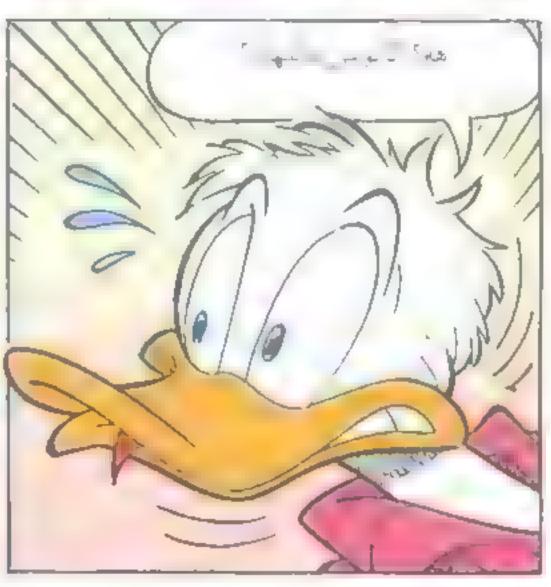
































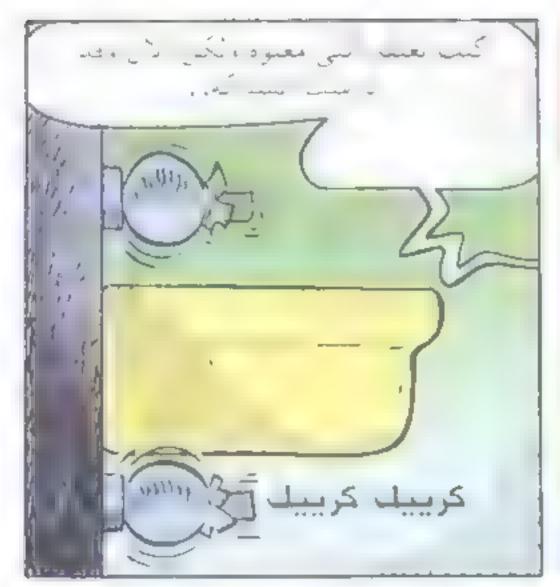














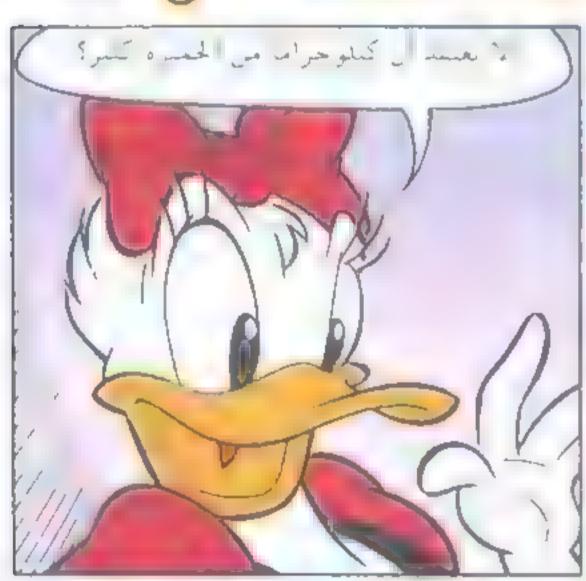




























سنع في الصمعة ٢



وانت ب

اختلافان. يا ـ ١٦

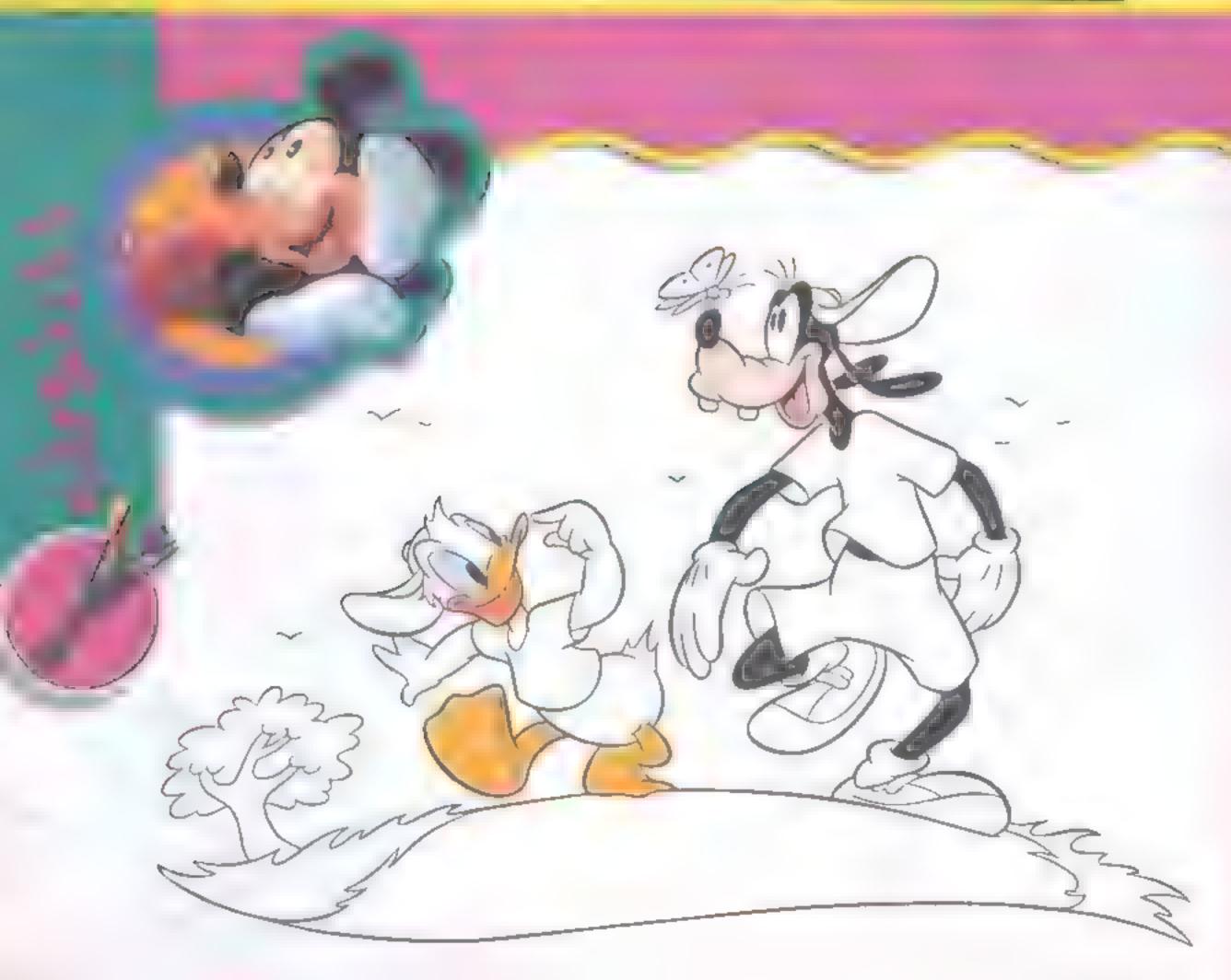




us and

طل النقاط من 1 الى 196 لنعرف لنعرف ماذا ينتظم هيكي!!









ي هذا العدد أقدم لكم طريقة سهلة وجميلة لعمل عرائس بأشكال مختلفة.

- ثمار نبات الصنوير
 - الوان
 - حيوط سميكة
- كرات من الصلصال

١- نطف ثمار الصنوبر جيدًا ثم الركها تجف.

٢- لون الثمار بشكل متناسق،

٣- اصنع كرات من الصلصال لتشكل

الرأس والأقدام،

٤- ارسم ملامح الوجه بالألوان أو

بالصلصال.

لديك الآن عرائس مضحكة، كون مجموعة

بأشكال مختلفة.

تنبيه: تنفسيا هدد الططوات بنجيان سيكنون بحد اشراف الكيار ورفايسية!

























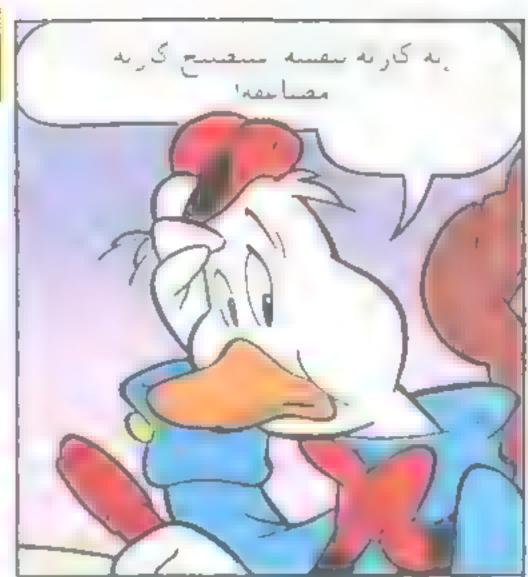












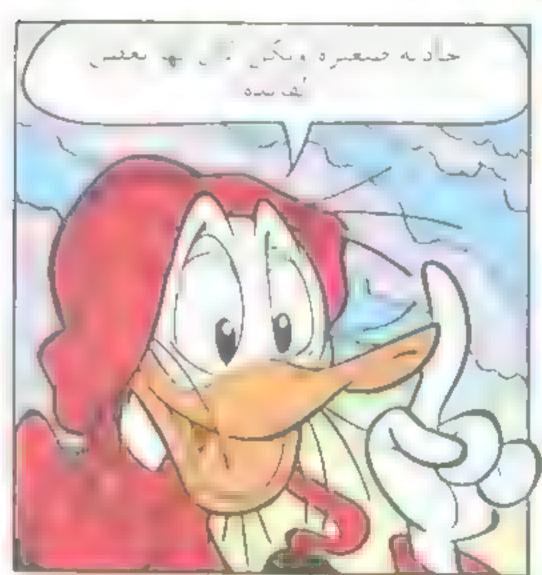












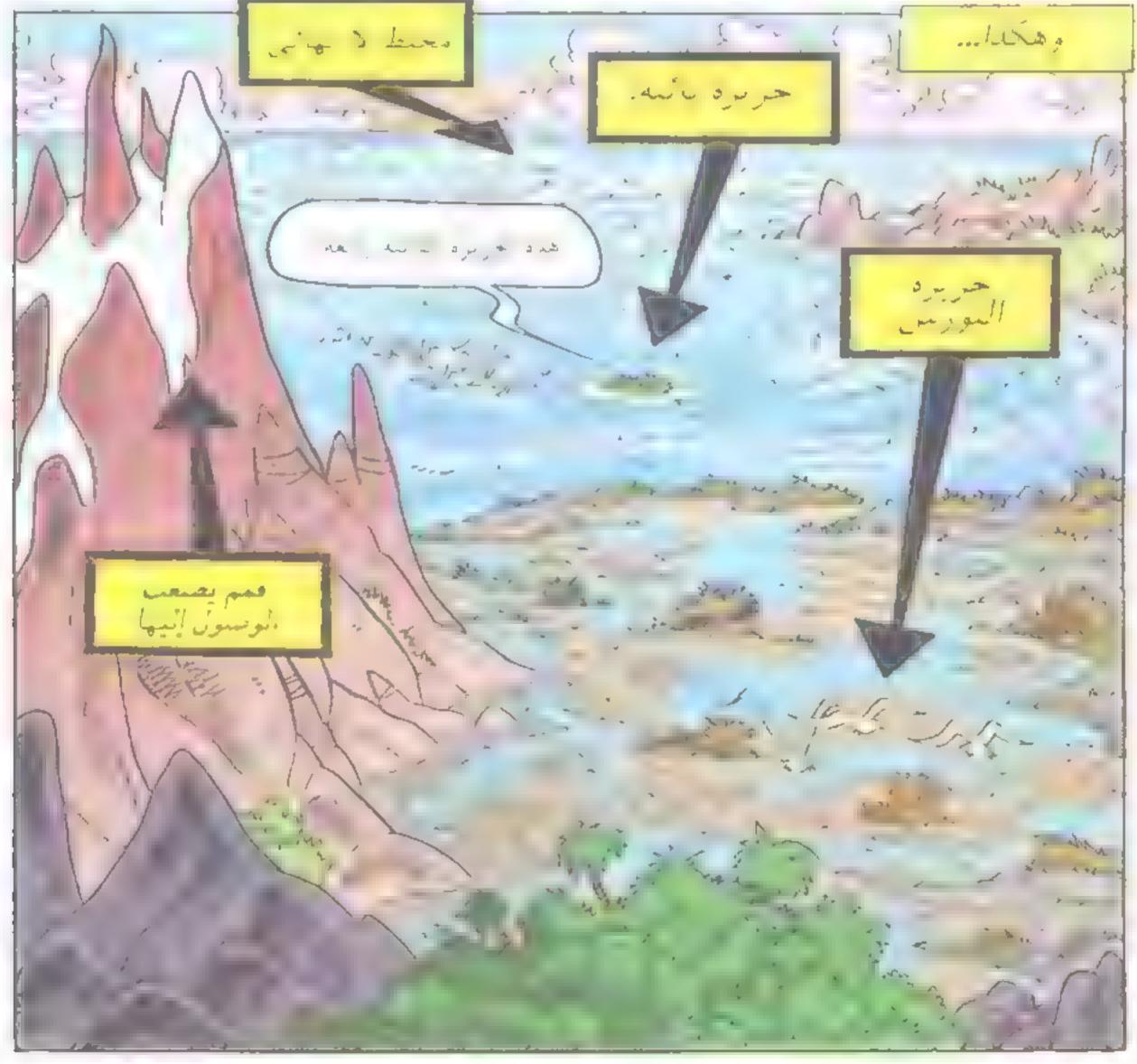






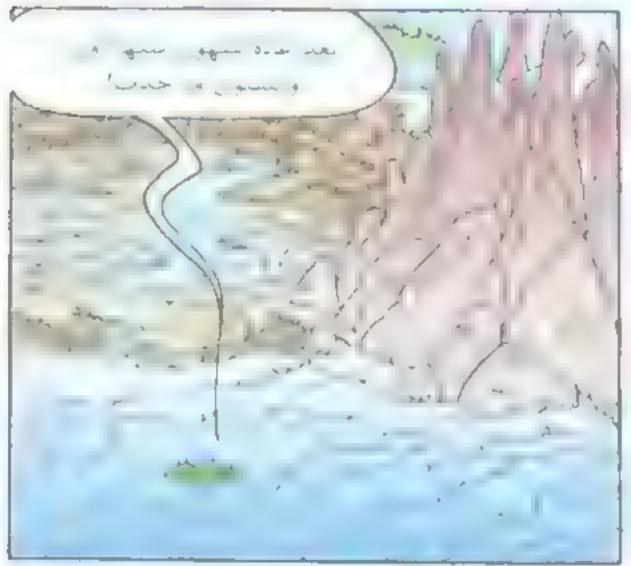




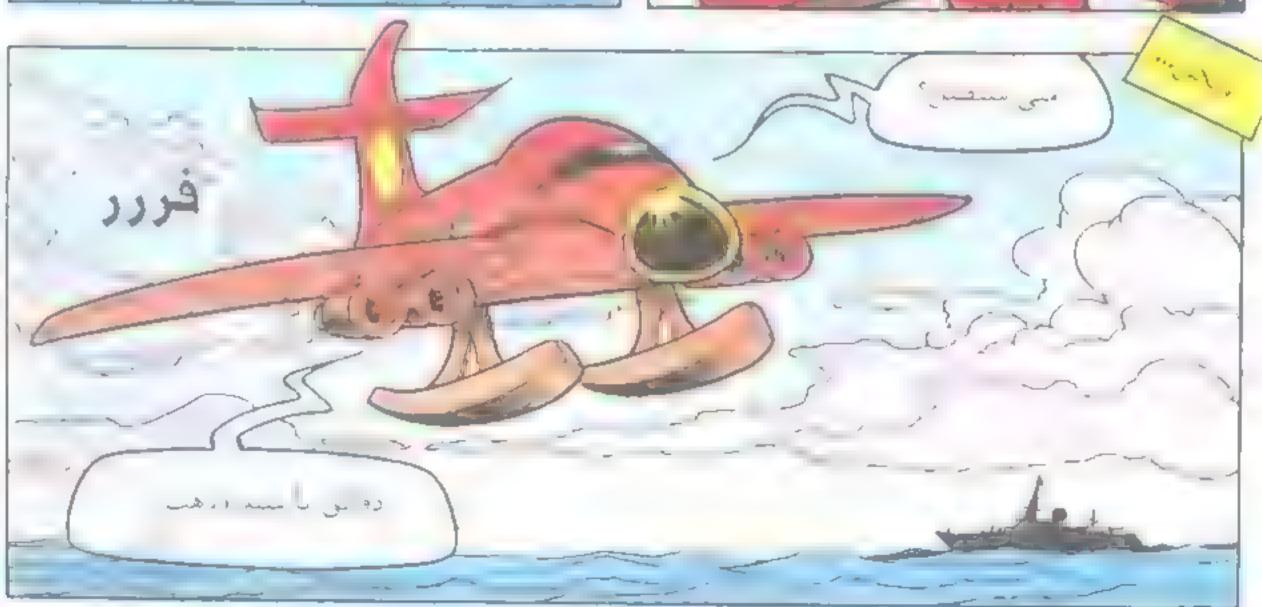
















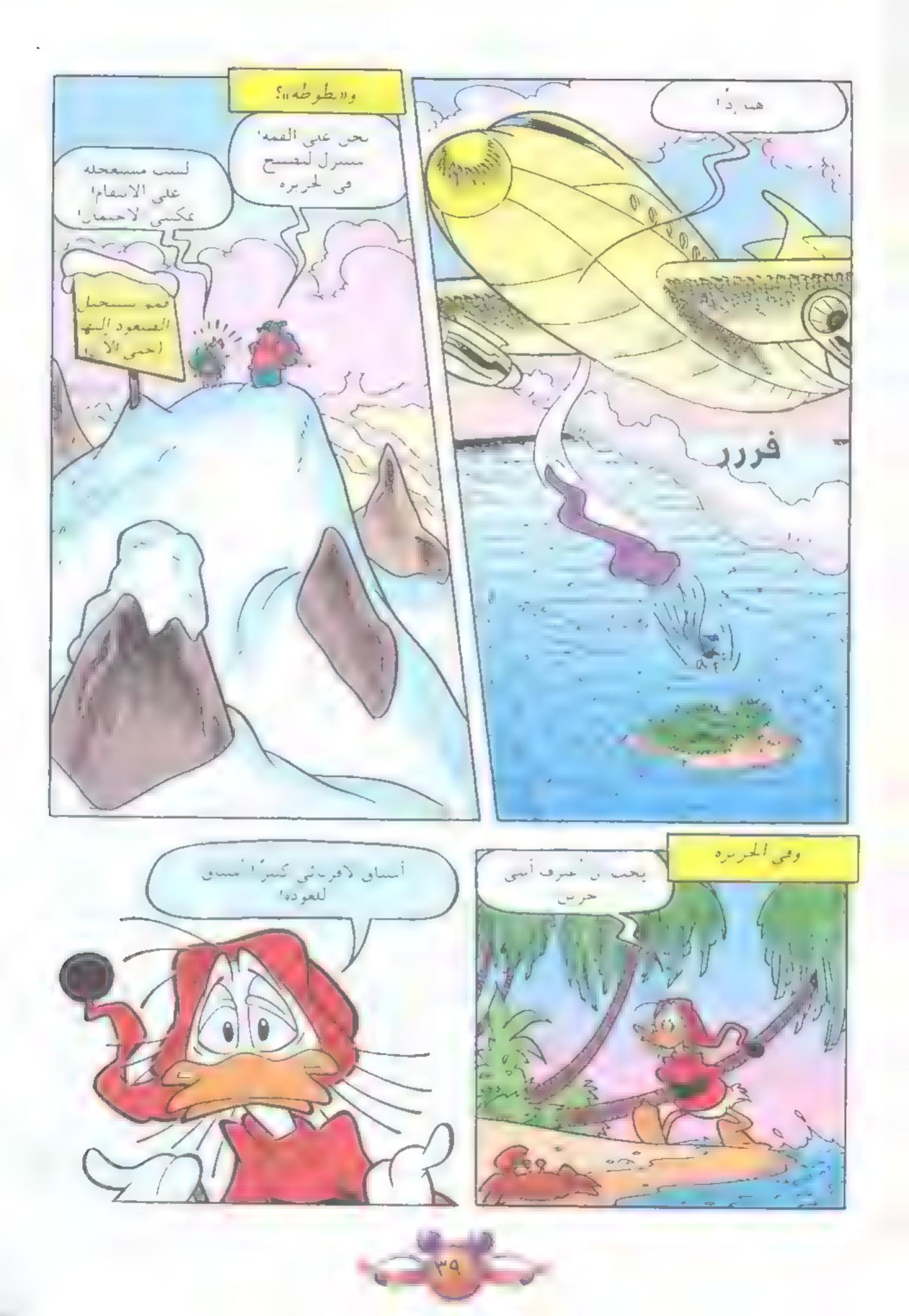




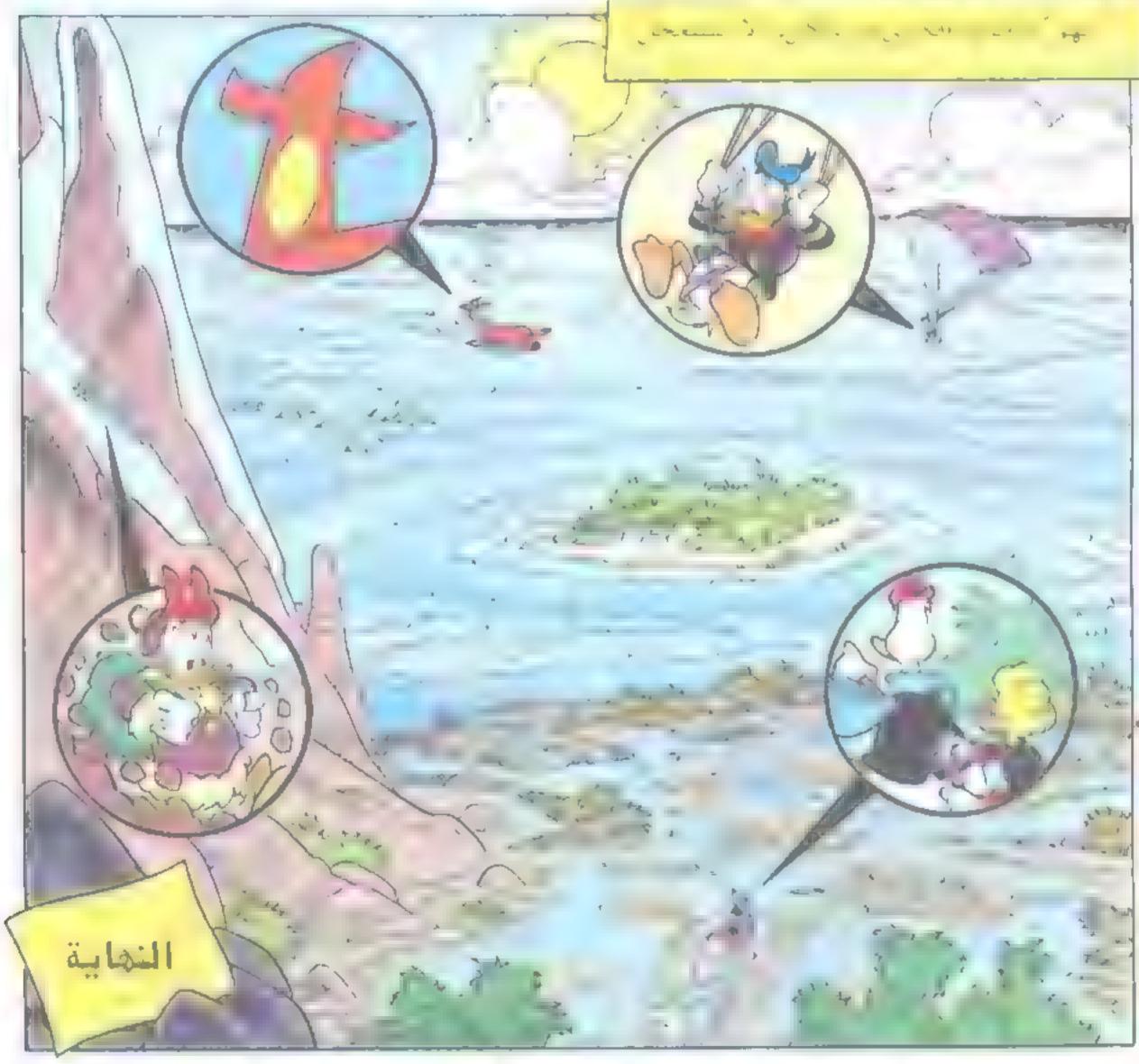


















delas

ويرجع السبب الى إن «القرد ذو الخرطوم لا يتناول إلا أوراق الأشجار وثمار الفاكهة كطعام، ولأن النباتات من الصعب هضمها كما أنها لا تحتوي على الطاقة الكافية التي بحتاج إليها ليمارس نشاطه اليومي، ولهدا فان على هذا القرد أن يأكل الورق، حتى يحصل على الطاقة الحيوية له من التغذية على النباتات.

كما أن معدته مقسمة إلى عدة أجزاء، وهي تشبه في هذا الحيوانات المجترة التي لها أكثر من معدة.

و«القرد ذو الخرطوم» حيوان منخم، فالذكر في بصل طوله الى ثمانين سنتيمتراً، ويزن نعو خمسة وعشرين كيلو جرامًا، وتكون الإناث اقل حجمًا ووزنًا. وذيل هذا القرد طويل وفراؤه كستنائي يميل إلى الحمرة، وألوان رأسه أخف، أما ذراعاه ورجلاه فلونها رمادي.



العروب برشاقة

ويمكن لهذا القرد أن يتأرجح برشاقة بين الاشحار من فرع الى اخر، مستخدما يديه، ولا سبما عندما يرغب في اجتياز المسطحات المانية، كما أنه سريع حدا في الركض على يديه ورجليه، ويبدو هذا واضحا عندما يهرب من أعدائه كالمهد، وإذا لم تكن أمامه أي فرصة للهروب فوق الأرض، عاله بضطر إلى الإلقاء بنفسه في المياه، حتى لو كان فوق شجرة عالية، وعموما فإنه سباح وغطاس ماهر، وهذا ليس مالوفا بين القرود، إذ إنها نخاف من لمباه، ولكن ببدو أن «القرد ذو الخرطوم» يجب أن يكون سباحا حيدًا، حتى يستطع البفاء على قبد الحياة في البيئة التي يعش فيها والتي تكثر فيها الانهار وتمثلق بالحيوانات المفترسة التي لا تستطيع مطاردته في المياه،

و القرد ذو الخرطوم شرس حدًا. وما إن يغضب حتى يتحول حرطومه اى أمفه الكبير من اللون الوردي الى الأحمر الداكن.

تلويت الشواطحة ويدريبت

تعتبر الشواطئ أماكن طبيعية يمارس البها الناس أنشطتهم الرياضية والترشيهية وحتى الاقتسادية. لكن بد الإنسان العلت فعلها يلا تشويه الشواطئ وجمالها، وبضعل المشاريع الصناعية والسياحية والمجارير والمكبات، تجزأت

شواطئنا وتبخرت.

ومما درعج ويؤثر بشكل سلبي على الثواطئ النبتس الخطير بالتوازن الببني من جراء ممارسات الالسان. ويتجلى هذا الخلل بشكل فاضح في البيئة البحرية تتيجة التلوث والتعديات.

أسباب التلوث

وتصل الملوثات إلى وسط البحر عن طريق الملاحة والهواء والأمطار والحوادث الطارئة أو مياشرة إلى الشواطئ عن طريق السيول والأنهار والمجارير والمكبات والمرافئ والمصانع ومصاية البترول وغيرها.

وتقسم هذه الملوثات إلى ثلاث مجموعات يختلف أثرها وكميتها باختلاف الموقع الجغرافي من الشاطئ: كيميائية وعضوية وفيزيائية. إضافة إلى هده الملوثات لا يمكن أن ننسى الردميات التي تحصل بصورة مفرطة على شواطئنا وعملية شفط الرمل والمجمعات السكنية السياحية التي تبنى عشوائياً وبأحجام مفرطة.

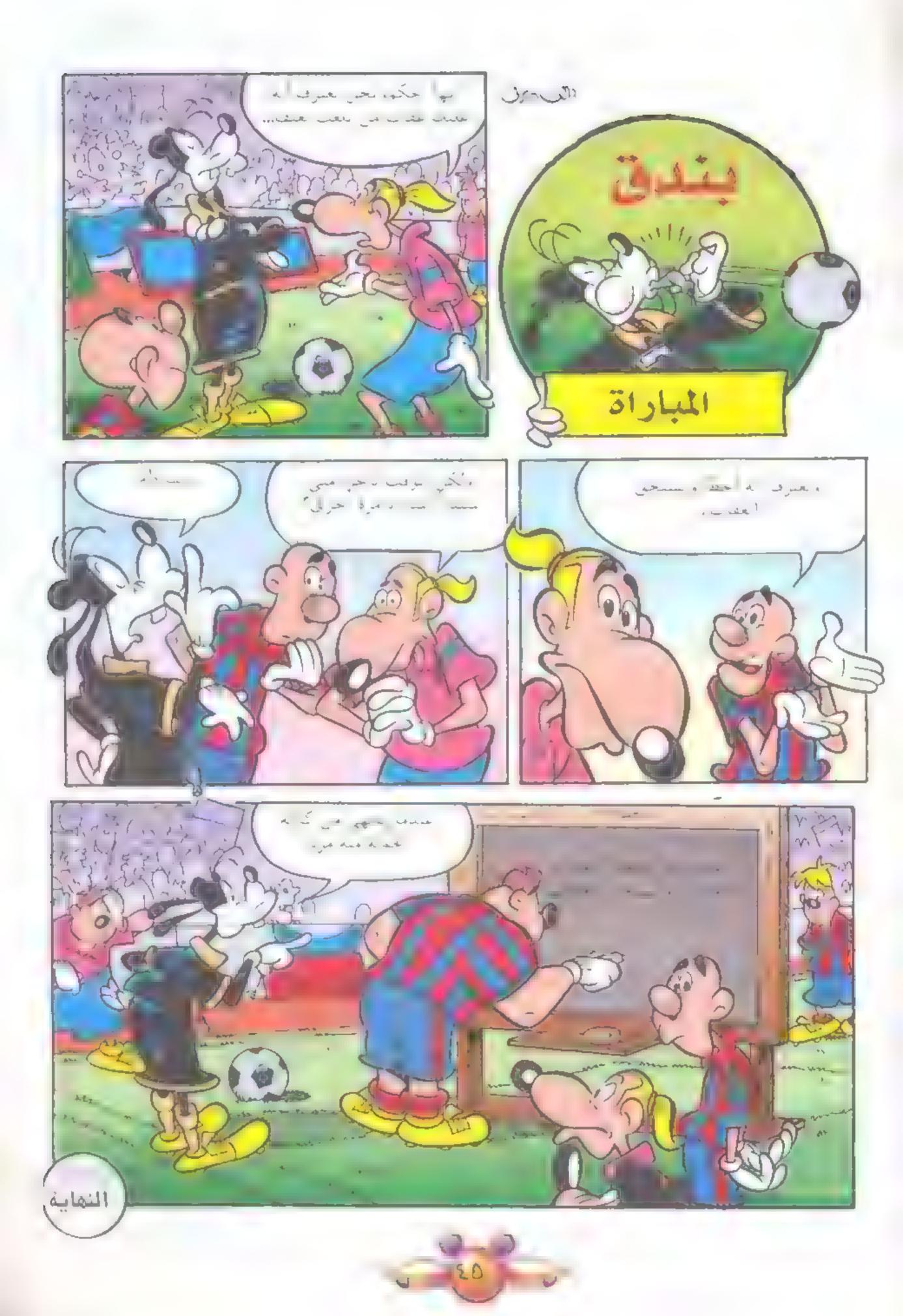
وجميع هذه الملوثات والتعديات التي ذكرناها تساهم بشكل أو بأخر في إضعاف الثروة السمكية مباشرة أو عبر حلفات السلسلة الغذائية. هذه الثروة نستغلها بشكل مضرط وأحياناً بأساليب غير قانونية.

أما بالنسبة إلى صحة الإنسان، فإن رمي المجارير، التي تحمل مياهاً مبتذلة، مباشرة دون معالجة ولو أولية يمكن أن يسبب أمراضًا جلدية ومعوية للسباحين.

حاول والتتراحات

من الحاول الضرورية والملحة وقف مصادر التلوث رمنع التعددات بالشاء شدى، محار ١٠٠٠ من الحاول الضرورية والملحة وقف مصادر التلوث رمنع العصوية. وإنثاء محمد ما الرير ومعامل لإعاده تصنيع النمايات وتخمير المواد العصوية. وإنثاء محمد ما المحالفات، ودراسة الانعكاسات البيئية قبل تسفيد أني ه

ل الله و المسيسية و شحلية. وتوضيح الصالا حيات وإعطاء دور أهم لوزاره السه، وإد-الرياد - تبيئيه عالمناهج المدرسية وتشجيع البحث العملي،





الآثار السليبية للماسوب

تتأثر أجسامنا وعقولنا بكل شيء موجود حولنا، وبالتالي فإن الحاسوب يؤثر على مستخدميه أيضًا، وأكثر العواس تأثرًا به هي حاسة البصر، لذا يُنصح بعدم استخدامه لفترات طويلة متواصلة، ويمكن القول بأن الشاشات الملونة أكثر إشعاعًا من غيرها، وبالتالي تكون أكثر خطرًا وضررًا بالعين.

كما تتأثر أصابع اليد بالكمبيوتر مثل العين، حيث تصاب بالإجهاد، وقد تنشأ عن الجلوس أمام الجهاز مـدة طـويـلـة وبشـكـل مسـتـمـر وغير مريح آلاماً في الرقبة والكتفين وتقوسًا في الظهر، لذا يجب مراعاة الجلوس بشكل صحيح.

التأثير النفسى للحاسوب

قد تتعجب إذا ما سمعت أن للحاسوب تأثيرًا في حالتك النفسية، ولمن هذا الأمر حقيقة، ومن الأمراض النفسية المرتبطة بالحاسوب الخوف منه أو كراهيته لعدم القدرة على استخدامه، أو الحب الزائد بحيث يقضي المستخدم ساعات طويلة جدًا مبالغ فيها أمامه، ومع ظهور الإنترنت ظهر مرض سمي وانطوالية الحاسوب».

كراهية الحاسوب أو الخوف منه

هو مرض نفسي يصيب الإنسان عندما يفشل في تعلم استخدام الحاسوب وتتكون ثديه ردة فعل داخلية قد تصل إلى مرحلة كراهية الجهاز وعدم الرغبة في استخدامه.

الوقاية خيرمن العلاج

تقلل الإجراءت التالية من الأثار السالبية لجهاز الحاسوب علي القمة:

أولاً: الناحية الجسدية

- ١ استخدام الشاسة الواقية لتقليل الضرر على العينين
 - \$ تقليل فترة استخدام الحاسوب

٣- الجلوس بشكل سليم وصحي أمام الجهاز،

£ ... استخدم حامل الورق ية مستوى بصرك

٥- تجنب وضع الشاشة ي مواجهة الضوء.

٦- ضع لوحة المفاتيح على طاولة أو مكتب بشكل يريح

أصابع يديك.

ثانيًا: من الناحية النفسية

- ١ حاول ألا تقضي ساعات كثيرة بعيدًا عن الناس،
- ۳- إذا كنت ممن تعثر عليهم استخدام الكمبيوتر فلا تيأس حاول مرة ثانية وثالثة حتى تتقن

استخدامه فهو سهل، وقد تحتاج لتغيير طريقة التعليم.

"- مهما تعلق قلبك بهذا الجهاز الرائع وظننت أنه ذكي تذكر أنك أكثر ذكاء منه، فهو مجرد آلة لا تعمل إلا عن طريق أفكارك.





تعلم اللغة الإنجليزية

A PRESENT



- أكتب قائمة بالهدايا!

- ماذا تفعل ياعم «بطوط»؟

هدية

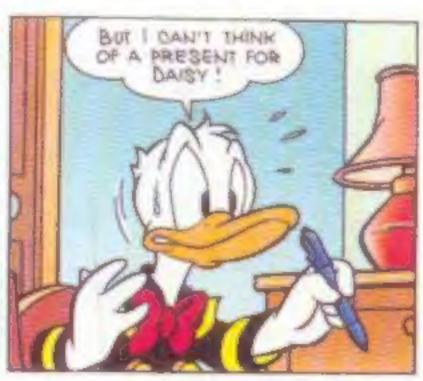




ONLE



- تعال وألق نظرة!



ولكني لا استطيع أن أفكر في
هدية ليطوطة!

AN UMBRELLA

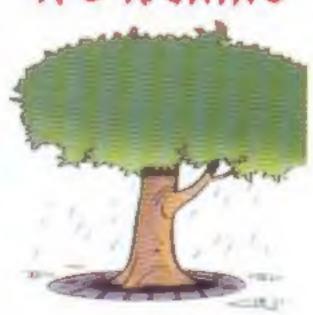


مظلة



- هيه! فكرة رائِعة! مظلة جديدة!

IT'S RAINING



انعا تعطم



